

Anexos

Caso I (Psicoterapia face-a-face 1vez/semana)

Sessão I (Janeiro)

Entra e desculpa-se pelo pequeno atraso, contando que esteve numa demonstração de um aspirador e que acabou por demorar um pouco mais (PSY: enquanto coloca o telemóvel em silêncio e se senta vai contando alguns detalhes da situação...).

PSY: Olho para o seu modo de vestir, acho-a bonita e descontraída e dou conta que me observou também

I: Hoje, não sei como, estou bem disposta! Ontem, não! Foi um dia horrível com os meus pais. A minha mãe está péssima! Foi tenebroso! Hoje, também dormi melhor e aquela coisa da demonstração, teve piada.

PSY: O que aconteceu ontem?

I: O meu pai pediu-me ajuda, agora reparo que ele já pede ajuda, ao menos isso. Pediu-me para o levar aos correios, a minha mãe também foi, eu contava deixá-los lá mas apercebi-me que ele ia tratar de umas aplicações, de uns disparates que andou a fazer com o dinheiro (Comentário da PSY: conta como o pai ainda investiu algum dinheiro nos correios em produtos que já não compensam, manifestando irritação por continuarem a oferecer essas possibilidades a pessoas idosas que não tem conhecimentos), por isso resolvi ir lá com ele. A minha mãe continua a dizer que não foi assaltada, foi roubada! enfim!

I: Depois tive que prestar ajuda física à minha mãe e eu de facto não sou capaz, não tenho jeito, não consigo. A minha irmã que é médica atira para canto e depois tenho que ser eu!... A minha mãe sempre quis que eu fosse médica, obrigou-me a fazer disciplinas de Ciências com a ideia que eu acabava por ir, mas eu não consigo cuidar fisicamente das pessoas, com o meu filho fazia porque tinha de ser, mas não gosto, sinto-me insegura, não sei, não tenho jeito!

T: O que a perturbou tanto?

I: Tudo! Depois fui com eles à polícia por causa do assalto e olhe foi uma cena que acabei por contar ao meu filho e até nos rimos, isto até é caricato, porque a minha mãe foi à casa de banho e ficou fechada! (Comentário da PSY: ri-se e conta o diálogo que teve na polícia, irritada pelo tipo de fechos que colocam nas casas de banho, difíceis de utilizar... aqui sou eu que me rio também, porque a I relata situações difíceis dos pais mas com algum sentido de humor...). De tarde a coisa melhorou um pouco, e à noite também foi interessante

PSY: Refere o passeio com o seu filho de uma forma muito gratificante

I: É, foi bom. Ele tem piada. Ontem começou a falar de uma classificação que teve a Português e de facto ele só trabalha o estritamente necessário, como eu já sei, mas depois até tem piada a contar essas coisas... (PSY: refere as estratégias que o filho utiliza e o modo como fala disso, imitando as suas expressões – sinto-a uma mãe exigente mas orgulhosa). E depois quando o pai não está ele fica todo cavalheiro, aceitou logo vir comigo passear com o cão, é assim desde pequeno, talvez porque o meu marido quando saía dizia-lhe sempre que ficasse a tomar conta da mãe...e ainda fica assim todo *gentleman!*

PSY: É interessante, o seu filho desperta em si um lado lúdico, em que se diverte!

I: É verdade, ele tem graça. Mas eu disse-lhe: olha, isso de uma pessoa se achar muito esperta, é como quando se está convencido que se é muito bonito, depois nem sempre corre bem! Mas pronto, não vale a pena, sempre foi assim...

PSY: Estava a pensar que foi uma conversa muito agradável e fácil com ele e que me dizia que não sabia falar com ele, comunicar com ele...

I: Ah mas isso é porque eu estava bem, o problema é quando estou mal ou tudo corre mal!

PSY: Quando está mais preocupada ou com receios...

I: Sim quando as coisas correm mal, aí já não sou capaz de falar

PSY: Mas não lhe parece que se preocupa demasiado com os resultados académicos dele?

I: Andava preocupada porque só queria que ele atingisse o máximo do seu potencial. Eu sei que ele quando quer atingir um objetivo tenta! E depois ele é competitivo! Mas não gosta de se esforçar. Se puder conseguir com menos esforço.... Eu penso que quando estudei havia coisas que eram inicialmente aborrecidas e davam trabalho mas depois começavam a ser interessantes. Mas ele, acho que nunca vai conseguir isso

PSY: É ainda bastante jovem, tem muitas outras coisas que o motivam, falou-me do teatro...

I: Isso é verdade, é bom, é uma das coisas boas aqui no colégio. Ele tem muito jeito para o teatro, improvisa quando é preciso e sai-lhe tudo bem. É interessante, ele é muito introvertido mas tem muito à vontade em falar em público. Isso não se entende muito bem, pois não?

PSY: Pode ser reservado em relação aos seus assuntos pessoais e estar à vontade socialmente...penso que essa questão a preocupava por ele não se abrir, não falar, mas também parece ser um pouco a vossa cultura familiar...

I: Sim, isso é verdade!

PSY: Mas há pouco quando me falava dos talentos artísticos do seu filho, disse que tinha pena, pensei que tinha pena de não ser assim, como ele...

I: Quem, eu?

PSY: Sim, terá pena que ele não leve as coisas mais a sério como a I levava mas também terá pena de não ter uma vida divertida e ligada a estas áreas mais lúdicas...

I: Mas eu nunca vou ser como ele!

PSY: Estava a pensar que no início quando me falava da grande dificuldade que está a ser o ter de lidar com o envelhecimento dos seus pais...

I: Está a ser muito difícil!

PSY: Lembrei-me que terá a ver com o medo, de que falámos antes, o medo de envelhecer...

I: De envelhecer assim!

PSY: Como a sua mãe?

I: Sim, por isso é que fui à Dr.^a G.!

PSY: Hoje trouxe de novo como é angustiante ficar tão dependente, fisicamente!

I: Muito! Quando vinha para cá, vinha a pensar porque é tão diferente cuidar de um bebé e de um velho, com um bebé não faz impressão... O mau cheiro de um bebé, parece que nunca é mau...os velhos cheiram mal

PSY: Pois é, mas porque será?

I: O que acha?

PSY: Talvez porque num velho significa degradação... Uma perda e isso é mais difícil de suportar... mas estava a pensar que apesar de uma manhã difícil com os seus pais, a sua tarde com o seu filho foi muito agradável, à noite teve uma situação também interessante na preparação de uma festa de convívio? Parece interessante, está ligada a isso?

I: É, faço parte da comissão, resolvi participar!

PSY: Ah, mas isso parece bom!

I: É interessante. Ontem foi a reunião à noite e eu enquanto esperava sentei-me numa secretária, depois chegou a A, que é engraçada e sentou-se ao meu lado. Começamos a rir porque demos conta que não ficava muito bem estarmos sentadas na secretária. Chamamos uma outra para junto de nós, mas essa tomou assim uma atitude que não achei graça nenhuma, afastou-se, não gostei nada dela

PSY: E tem mais pessoas?

I: Há uma que é impressionante, é assim muito certinha, o filho é igual, tem de estar tudo em ordem...mas é mesmo, até faz impressão!

PSY: Parece ser um grupo que tem pessoas de quem gosta, com quem pode vir a gostar de continuar a encontrar-se.

I: Não sei, talvez...

PSY: Estava a pensar que a I está com necessidade de se abrir para o exterior, pensava como me falava da vontade que teve de sair à noite no dia do teatro do seu filho e não teve companhia!

I: Muito! Não me apetece nada estar em casa

PSY: E está mais descontraída, o modo como está vestida...

I: Ah isto hoje apeteceu-me sair à “*motard*”! E logo eu que tenho tanto medo de andar de moto...

PSY: Pois parece que começou exatamente a confrontar os seus medos...e a comissão do baile fez-me pensar que tem tudo a ver consigo, o seu lado mais certinho... E que vai fazer muita falta, acho eu...(sorri) De certeza, mas tem o seu lado A, um lado de que não gosta tanto, mas que valerá a pena descobrir – perante o seu ar de estranheza acrescento: é como se fossem partes suas, todas importantes e que ontem e hoje tiveram lugar, quando teve de se confrontar com os problemas dos seus pais mas que não a impediram de se divertir noutros momentos do dia.

Caso P (Psicanálise)

Sessão I (Março)

PSY: Portanto, ele entrou, entretanto combinamos as férias da Páscoa e...em que ia haver uma semana de interrupção e ele começa por dizer que está com sono (PSY: Eu, eu fiz muitas reticências a esta descrição...)

P: Estou com sono...ontem tive exame oral e hoje também (pausa) Correu bem, elas são muito simpáticas as médicas. Sentámo-nos lá no gabinete e falámos (Comentário PSY: Portanto eu acho que ele ainda está no “arranque”, não é? da sessão.)

P: No dia 1 vou começar outra vez a meditação...Quero mesmo começar! Sinto um bocado de falta da meditação. Vai ser bom! O meu irmão J foi jantar à casa da mãe, da R, e estiveram a ver cartas que a minha mãe escreveu

P: depois foi uma risota comigo... é muito bem comportadinho, deixou cair uma chávena e disse: desculpa mãe”; e dizia “coitado apanha cada sova...”. (pausa) O J tirou uma fotografia dessa carta e mandou para mim e para o T.... O T disse que gostava de ter conhecido a nossa mãe com outra idade. Eu disse-lhes que eu também gostava e que a maior parte das memórias parecem muito secas, parecem como uma enciclopédia. Ontem o J foi fazer uma conferência, e disse que antes da conferência pensou numa vez que foi buscar a nossa mãe ao aeroporto e isso acalmou-o. (pausa)

P: Ele falou bem e tal! Mas estava a pensar como eu os ajudo a levantar os temas. Conte-lhes que quando estive na China houve alturas em que senti mesmo os pais e senti que eles eram gigantes! E o J disse “são gigantes para ti porque são o teu princípio”. O T perdeu a mãe aos 12 anos, já viveu mais anos sem a minha mãe do que com ela. (pausa). Estou mesmo com vontade de mudar... (pausa). Ontem estive a fazer uma coisa engraçada: estava a estudar e em vez de escrever com uma letra normal, tentei escrever tudo direitinho, escrever de uma maneira mais correta e foi uma experiência fortíssima! A certa altura tive vontade de chorar! Primeiro, tinha a mão rija, dura (acentua o tom da voz ao dizer isto) depois com a mão mais solta, tive uma sensação tão boa, uma sensação de quase uma coisa nova...

PSY: Tensão/distensão, estar preso, estar livre...liga com o quê?

P: Ligo à minha mãe esse processo! Estar na escola, aprender a escrever! Há assim umas coisas que vou descobrindo e sentindo, às vezes parecem disparates mas sinto que são caminhos (suspiro) Uma vez estava na serra da Freita, numa daquelas quedas de água e dei um mergulho, sabia que aquela água era pura... nadei e enquanto nadava decidi abrir a boca e bebi um gole, quando bebi deu-me um “*flash*” na cabeça, e deve ter havido umas sinapses...

P: voltei a beber e até parecia que tinha faísca na cabeça, não sei bem explicar...ontem enquanto escrevia tive a mesma sensação, de espontaneidade, sem ter medo e a certa altura senti que podia ver-me livre da frustração. (pausa) É isso! Há coisas que tenho feito ultimamente que mexem muito comigo, parece que estou a sentir, a sentir coisas novas, (suspiro) estranhas porque ao mesmo tempo não são de todo desconhecidas (Comentário PSY: Enquanto ele falava lembrei-me de um sonho que tive quando estava grávida, (suspiro) que foi um sonho lindíssimo e que é uma imagem que...ainda hoje também me acalma quando eu penso nisso...eu ia fazer a ecografia para saber o sexo do meu bebé e estava eu e o meu marido e então (riso subtil) aquilo foi assim, abriram-me a barriga, tiraram-me a bebé para fora, ela era linda, e diziam-me “é uma menina”, e eu disse “ai que és tão bonita! (acentua o tom da voz) Agora podes ir outra vez para dentro que nós estamos à tua espera!” e ela mergulhou assim...“*tach*”, olhe foi uma coisa linda (sorriso)

PSY: Está a perder o medo ser espontâneo e a libertar-se dos ruídos que, dentro de si, o impediam de fantasiar coisas bonitas...(pronunciado pausadamente)

P: se eu pudesse ter uma lista dessas coisas...são coisas muito bonitas... a mangueira do nosso jardim, da nossa casa tinha mais significado e mais sabor do que o hospital onde estive 6 anos. Tinha um papel, uma presença, havia uma árvore, havia tartarugas, era tudo tão rico... uma parte da minha dificuldade em me relacionar com os outros é por eu ter deixado de sentir! Então parece que estou a mentir, quando dizem que adoram uma coisa é uma coisa sem sabor, (pausa) da “boca para fora”, umas vezes é verdade, outras não... (pausa) Depois a minha mãe também mandou uma carta que era para a M

P: “Querida M, obrigada por tomares conta do P e do J”. Se eu tinha 5 anos ela devia ter uns 12 ou 13... é estranho porque para mim a minha mãe não gosta da M! Portanto para mim aquela carta não é verdade! Fiquei mesmo sem empatia, sem essa forma de imaginação, não em termos de me relacionar com os outros, mas em termos de me pôr no lugar dos outros. Como naquela vez que o ladrão fugiu e eu tive pena dele...antes era fácil

eu pôr-me no lugar dos outros, era fácil porque as próprias relações eram coisas bastante palpáveis, coisas que tinha muito presente e agora? Onde estão essas coisas? Não tenho dúvidas que a relação entre a minha mãe e a M é um elemento psíquico que está no meu cérebro, mas parece que isso “secou” dentro de mim. (pausa) Se me lembrar, elas eram amigas...a minha mãe gostava bastante dela! Gostavam muito uma da outra! A M admirava-a muito com certeza, tinha muito para a admirar, era uma mulher muito segura, muito querida muito certa das suas coisas. Pronto, agora estava a pensar que se a minha mãe era um ídolo para ela o meu pai também seria! Também devia ser uma espécie de ídolo ou um ideal. Ela ocupou o lugar que sempre quis! Sim, estou a vê-la com mais clareza, às vezes parece tão difícil existir, vir à realidade. Às vezes à noite, no silêncio, parece que me sinto longe da realidade, tão enfiado na cabeça, como se o mundo parasse, mas continua sempre. (suspiro) E a minha mãe não existe e nessas alturas surge. (pausa)

PSY: A sua mãe morreu e uma parte sua apoderou-se dela para não a deixar ir embora, para não a perder... (suspiro) você ficou a sofrer em nome dela! Hoje é capaz de se distanciar disso... e só assim é que consegue aproximar-se internamente dela, ou sente que vai conseguir recuperá-la! Aceitar que a perdeu, que ela foi embora e que consigo ficaram as memórias que tem vindo a recordar com emoção

P: Ser ela? Enquanto eu for a minha mãe não a consigo ver! Se for nesse sentido de me sentir atraído por ela, no papel dela, não a encontro... Li um poema noutro dia sobre alguém que diz que um dia vão-te tocar à porta e vais ser tu! (pausa) Vejo esse encontro como uma alegria tão grande... Sabes, a primeira coisa que sinto quando estou mais à tona, é que estou mais perto de o realizar! O que sou? A primeira sensação é física e de fraqueza: de ter um corpo mau, rijo e fraco, se calhar é o reflexo da mente, ter uma mente fraca, não ter desenvolvido as coisas. Conseguir escrever daquela maneira ou dar um mortal para trás. Às vezes sinto mesmo como me descuidei

Final da sessão

Sessão II (Maio)

P: Vou ter um exame desta cadeira que tive agora e não vai ser fácil, tenho receio de chumbar! Não tenho sido um bom aluno, é justo porque a professora diz que há muita gente que chega ao fim deste curso aos “trambolhões”.....e neste exame como é difícil é que se vai ver quem é que são os bons.. Qual é a minha natureza? ...não é de todo saber estas coisas, decorar estas coisas... estive a pensar estas coisas todas que tenho sentido nos últimos tempos, tenho tido uma noção forte do quanto já vivi. É extraordinário que tendo vivido tanto, ainda me sinta tão “à toa”... deve ser uma queixa muito comum aqui na psicanálise... as pessoas queixarem-se que “andam à toa”

PSY: A que associa isso?

P: Às vezes sinto-me aqui muito criança e as pessoas em geral devem sentir-se assim. (Comentário PSY: eu decidi passar um bocado por cima disto...e... “fazê-lo homem”)

PSY: É importante sentir que tem uma riqueza interior, uma grande riqueza interior

P: Sinto essa riqueza interior grande mas parece que não tenho acesso a isso... como se tivesse tudo aqui dentro para lidar com as situações, mas não consigo evocar essa sabedoria, vivo ainda muito reativo, sem disciplina, viciado em culpa, mesmo esta questão de me distrair muito, não me consigo concentrar a estudar, há uma parte que sabe isso mas não consegue dar a volta. Nas coisas que não gosto de fazer estou sempre a fugir, fujo ao dever...

P:... gostava de te ler uma coisa. Posso? Sabes o que é o *what's app*? O meu pai escreveu assim ao meu irmão para toda a gente ver:...“A., hoje saíste do restaurante sem pagares....deu-lhe um grande “ralhete”... Porque é que te quis mostrar isto? É que isto não me devia afetar mas chego à conclusão que ainda me afeta.

PSY: Queria ter um Pai próximo e compreensivo como sente que aqui tem...é o pai da mãe de que você fala tantas vezes, e que eu pergunto se alguma vez esse pai existiu na realidade?

P: (silêncio) ... Não sei! Não entendo de onde vem isto.... Mas também acho que se tivéssemos uma relação melhor eu até podia achar piada.... mas acho uma coisa horrorosa, esta prepotência toda

PSY: Perder o vício da culpa é aceitar que o seu pai é assim?!

P: Ele sempre que é assim é porque não tem a mãe com ele (pronunciado pausadamente

PSY: Em criança e com a sua mãe presente o seu pai também lhe batia....à frente dos seus amigos, no seu aniversário

P: Pois é, mas ele podia...ter evoluído!

PSY: Pois, mas nem todos fazem psicanálise! Como imagina os seus irmãos no papel de pai?

P: Acho que eles vão ter sempre uma irritação súbita, nas certezas. Eles andam sempre à procura de princípios.... O meu irmão J é muito assertivo, (pausa), para ele tudo deve ser com fórmulas...espero que eles não sejam como o meu pai, sempre com o enfoque na excelência.... Por exemplo o que está a acontecer na minha casa tem sido muito difícil: o Z fica furioso sempre que eu o mando fazer alguma coisa. Quando o sinto assim, fico nervoso, sinto-me como o meu pai... Sinto que a culpa é minha e penso que ele é tão novo e já me odeia. Não, não me tenho dedicado muito a ele e só faço reparos nas coisas negativas. Ele anda sempre mal disposto, a chorar, a queixar-se que não o deixam ver os desenhos animados e depois confronta-me, diz que está zangado comigo, sinto que ele fica mesmo triste e raivoso. Sinto-me com tão poucas certezas e tenho medo que a minha patologia o possa afetar.

PSY: Isso é normal e saudável esse confronto que o Z lhe está a fazer! Que está na idade disso e é necessária a voz do pai, da regra e do limite sem ser demasiado “castrador” (pausa) Você teme estragá-lo? Que ele o sinta como você sentiu o seu pai?

P: Se ele gostasse de mim, se nos dessemos bem era tudo mais fácil. (pausa) Eu já disse à I que lhe devíamos pôr algumas regras porque ele tem uma vida desregrada: em casa dos avós tem umas regras, em casa dos tios outras e em casa dele tem as nossas. (pausa) Mas é isso que tu estavas a dizer...eu quero que ele seja outra coisa, isso acrescenta uma parte nova...quando sinto que o Z não gosta de mim é muito difícil lidar com isso. Também deve ser difícil para o meu pai quando sente que eu não o aprecio... Mas sempre que sinto que ele está igual é mais uma confirmação que ele é mau.

PSY: Provavelmente o seu pai vai ser sempre assim... E Você terá de aceitar isso...separar-se desse Pai que tanto idealiza e libertar-se

P: É incrível! Há 10 anos que eu penso nele e na R e sinto sempre a mesma coisa!. Isso nunca passou...sinto o mesmo que sentia há 10 anos. Consigo viver na mesma com isso, não mudou a percepção de que aquilo é tudo uma farsa, que é mentira...e o que me está a chatear...é porque eu aceitar que não é assim, é aceitar o que veio antes, que ele era assim mesmo com a minha mãe como tu disseste! É muito difícil! Mas são coisas diferentes, não posso continuar a crescer sem conseguir ultrapassar esta parte. Eu não sou só isto, sou muito mais...

PSY: Exatamente, como com os seus colegas da faculdade onde você fica pequenino como o Z e eles são os Pais

P: Passa por aceitar as emoções das outras pessoas... Eu não era assim! Tinha muita sensibilidade para o que os outros sentiam. Agora estou sempre com necessidade de me impor, mas o que acontece é que eu próprio não consigo ter emoções, não consigo essa empatia. Ontem no hospital foi lá ao serviço uma senhora velhinha numa cadeira de rodas a dizer que queria falar com o marido que estava internado. Chegou à cama dele e deu-lhe um beijinho na boca. Eu sinto o potencial emotivo que tem uma situação destas... Mas não consegui sentir perfeitamente. Sabes, o que sinto é que tenho dentro de mim uma espécie de “barragem”... se deixo abrir não paro... como a morte da minha mãe me sensibilizou, me tirou de um percurso, me ensinou muitas coisas antes do tempo. E que eu até ia bem, andava bem, seria mais sábio, mais sensato. Tenho isso tudo dentro de mim mas não sou! Podia passar um dia inteiro a chorar e não era triste, era só sentir!

Final da sessão